

# **Аннотация к рабочей программе**

инструктора по физической культуре  
**Шишовой Галины Евгеньевны**  
**для детей старшей группы**  
**(дети 5 – 6 лет)**

ГБДОУ детский сад №6  
Калининского района Санкт-Петербурга

на 2016 – 2017 учебный год

Природа наделила детей врожденным стремлением к движению. Потребность в двигательной активности детей настолько велика, что педагоги называют дошкольный возраст «возрастом двигательной активности».

В процессе обучения дошкольников физической культуре в дошкольном образовательном учреждении происходит повышение функциональных возможностей детского организма, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные навыки. Рабочая программа показывает как с учетом конкретных условий, образовательных потребностей и особенностей физического развития детей дошкольного возраста педагог создает индивидуальную педагогическую модель образования в соответствии с ФГОС.

**Рабочая программа** - это нормативно-управленческий документ, структурная и функциональная единица образовательного пространства, обеспечивающая динамическое единство субъектов педагогического процесса, системы их отношений и условий деятельности.

- принцип развивающего образования, целью которого является физическое развитие ребенка;
- Принцип научной обоснованности и практической применимости
- принцип интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников, спецификой и возможностями образовательных областей;
- комплексно-тематический принцип построения образовательного процесса;
- Принцип адаптивности (через адаптивность развивающей предметно-пространственной среды к потребностям ребенка, адаптивность к пространству ДОУ и окружающему социальному миру)
- Системности и деятельного подхода (включение познавательного компонента в разнообразные виды и формы организации детской деятельности, сочетания наглядных и эмоционально-образовательных технологий обучения)
- решение программных образовательных задач в совместной деятельности взрослого и детей и самостоятельной деятельности детей не только в рамках непосредственно образовательной деятельности по физическому развитию, но и включая в режимные моменты элементов физического воспитания и реализуя раздел «Здоровье» в соответствии со спецификой дошкольного образования;
- построения образовательного процесса на адекватных возрасту формах работы с детьми. Основной формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности для них является игра, в группе раннего возраста - предметная деятельность.

### **Цели и задачи программы**

Рабочая программа по физической культуре обеспечивает развитие детей в возрасте от 5 до 6 лет с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей, решает задачи, определенные основной образовательной программой дошкольного образования, в основу которой положены примерные программы:

- Основная образовательная Программа ГБДОУ детский сад №6
- М.Д.Маханева «Воспитание здорового ребенка»
- Программа «Безопасность» Н.Н.Авдеева О.Л.Князева Р.Б.Стеркина

### **Работа по физвоспитанию осуществляется по следующим направлениям:**

- Сохранение и укрепление здоровья
- Развитие основных физических качеств: быстроты, силы, выносливости, ловкости.
- Обучение жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам.

### **Система работы по физвоспитанию включает в себя три блока:**

- с детьми,
- родителями,
- педагогами ДОУ

Также инструктор по физической культуре взаимодействует со специалистами ЦПМСС, школой, ИМЦ, инструкторами по физической культуре ДОУ района.

### **Цели Программы:**

- Оптимально реализовать оздоровительное, воспитательное и образовательное направления физического воспитания, учитывая индивидуальные возможности развития ребенка во все периоды дошкольного детства.
- Постоянное и последовательное физическое совершенствование детей регламентируется соответствующей направленностью оздоровительного, воспитательного и образовательного направлений.

### **Задачи:**

- 1.Оздоровительное направление – обеспечение качественной работы дошкольных учреждений по укреплению здоровья детей.
- 2.Воспитательное направление – обеспечение социального формирования личности ребенка, развития его творческих сил и его способностей.
- 3.Образовательное направление – обеспечение усвоения систематизированных знаний, формирование двигательных умений и навыков, развитие двигательных способностей.

### **Задачи в области ФГОС «Физическое развитие» для старшей группы на учебный год по месяцам.**

#### ***Сентябрь***

1. Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке, энергичному отталкиванию от пола двумя ногами, взмаху рук в прыжке с потягиванием до предмета, подбрасыванию мяча вверх, ходьбе с изменением темпа, пролезанию через обруч;
- 2.Упражнять в беге врассыпную, в подбрасывании и ловле мяча, в перебрасывании мяча друг другу, в ходьбе с высоким подниманием коленей, в непрерывном беге, в прыжках с продвижением в перед.

#### ***Октябрь***

- 1.Учить ходьбе строевым шагом, повороту во время ходьбы по сигналу, перестроению в три колонны, остановке по команде;
- 2.Упражнять в беге до 1 минуты, в перешагивании через шнуры, метании мяча в цель, в равновесии и прыжках;
- 3.Повторить пролезание в обруч боком, перебрасывание мяча друг другу, переползание через препятствие

#### ***Ноябрь***

- 1.Задачи; учить перекладывать мяч малый из одной руки в другую при ходьбе по гимнастической скамейке, прыжкам на правой и левой ноге попеременно с продвижением вперед;
- 2.отработать навыки ходьбы с высоким подниманием коленей;
- 3.бег врассыпную, перебрасывание мяча в шеренге, ползание по скамейке на животе и ведение мяча между предметами, пролезание через обручи с мячом в руках, ходьба с остановкой по сигналу;

4.развивать ловкость и устойчивое равновесие, координацию движений.

### *Декабрь*

1. Учить ходьбе по наклонной доске, прыжкам с ноги на ногу с продвижением вперед, лазать по шведской стенке, спускаясь по канату;
2. Совершенствовать бег в колонне по одному с сохранением дистанции, прыжки 2ногах с преодолением препятствий, ползание на четвереньках между кеглями, и ловлю мяча;
3. Развивать ловкость и глазомер, ползание по гимнастической скамье на животе; закреплять равновесие в прыжках, бег рассыпную и по кругу,

### *Январь*

1. Задачи; учить лазать по гимнастической лестнице с переходом на соседний пролет,
2. Упражнять в ходьбе и беге между препятствиями, прыжках с ноги на ногу.
3. Упражнять в забрасывании мяча в кольцо, на четвереньках, проталкивая мяч перед собой головой, в обруч в равновесии, в ведении мяча в прямом направлении.

### *Февраль*

1. Задачи; Учить сохранять устойчивое равновесие при ходьбе по наклонной доске, метанию мячей в цель лазанию гимнастической лестнице;
2. Закрепить навыки перепрыгивания через бруски, забрасывания мяча в корзину, энергичного отталкивания и приземления при прыжках в длину с места, подлезание под дугу и отбивания мяча о пол одной рукой, подлезание под палку и перешагивание через нее.

### *Март*

1. Учить ходьбе по канату с мешочком на голове, прыжкам в высоту с разбега;
2. Упражнять в ходьбе в колонне по одному с поворотом по сигналу, в прыжках из обруча в обруч, перебрасывании мяча друг другу, в метании в цель, в ходьбе и беге между предметами с перестроением в пары и обратно;
3. Закреплять навыки ползания на четвереньках между предметами, по скамье на ладонях и ступнях, подлезания под рейку, построение в три колонны

### *Апрель*

1. Разучить прыжки с короткой скакалкой, бег на скорость;
2. Упражнять в ходьбе по гимнастической скамейке, прыжках на двух ногах, метании в цель, ходьбе и беге между предметами, в прокатывании обручей, в равновесии и прыжках;
3. Закреплять метание в цель и на дальность, навыки лазания по гимнастической стенке, спуске по канату.

### *Май*

1. Учить прыжкам в длину с разбега
2. Упражнять в ходьбе и беге парами метании в цель и на дальность, прыжках в длину и высоту с места и разбега, в перебрасывании мяча друг, другу лазании по – медвежьей, бросании мяча о пол рукой, ловля двумя;
3. Закреплять лазание по скамейке на животе, подтягиваясь на руках, бросание мяча о стену.

## **Планируемые результаты освоения Программы**

Конечным результатом освоения Программы является сформированность интегративных качеств ребенка (физических, интеллектуальных, личностных):

**Физические качества:** ребенок физически развитый, овладевший основными культурно-гигиеническими навыками. У ребенка сформированы основные физические качества и потребность в двигательной активности. Самостоятельно выполняет доступные возрасту гигиенические процедуры, соблюдает элементарные правила здорового образа жизни

### **Общие показатели физического развития.**

- Сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей;
- Воспитание культурно-гигиенических навыков;

- Сформированность начальных представлений о здоровом образе жизни;
- Развитие физических качеств (скоростных, силовых, гибкости, выносливости и координации);
- Накопление и обогащение двигательного опыта детей (овладение основными движениями);
- Сформированность у воспитанников потребности в двигательной активности и физическом совершенствовании.